Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Кондратовский детский сад «Ладошки»

**Проект создания семейного клуба по формированию здорового образа жизни «Тропинка к здоровью».**

**Подготовила воспитатель:**

**Сивковская Светлана Сергеевна**

**Тема: «Тропинка к здоровью».**

**Постановка проблемы.**

Физическое развитие и физическое воспитание дошкольников остается насущной проблемой родителей, детских дошкольных учреждений, педагогов, врачей. В последнее время мы действительно наблюдаем снижения уровня здоровья, увеличения количества ослабленных детей, подверженных быстрому утомлению. Анализ этих данных способствовал поиску новых форм организации педагогического процесса, оказывающего положительное влияние на физическое и психическое состояние детей.

Результатом данного поиска была выбрана новая форма работы с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни - семейный клуб «Тропинка к здоровью», который проводился в виде семейных туристических прогулок.

Туристические прогулки оказывают ни с чем несравнимый оздоровительный эффект, получаемый в результате разнообразной двигательной активности, а также комплексного воздействия на организм природных факторов: солнца, воздуха, воды. Опыт походной жизни формирует у дошкольников первоначальные навыки выживания в природной среде. У детей воспитываются самостоятельность, организованность, развивается воля. Туристическая прогулка в лес, на луг, к реке, озеру - это всегда положительные эмоции, радостное общение, возможность оценить свои силы и способности в преодолении новых препятствий. Интересно продуманная двигательная деятельность детей в природных условиях формирует у дошкольников интерес к занятиям туризмом и физической культурой, повышает мотивацию на здоровье и здоровый образ жизни. Прогулки воспитывают у детей важнейшие нравственные качества, учат налаживать взаимоотношения между членами семьи, развивают в каждом ребёнке отзывчивость, организованность, щедрость, доброжелательность.

Использование туризма позволяет не только влиять на формирование жизненно важных для ребёнка умений и навыков, но и активизировать воспитание личности.

Все родители хотят видеть своих детей умными и здоровыми. Начинать эту работу нужно совместно с семьей. Участие родителей в совместных туристических походах сближает взрослых и детей.

По реализации данной темы мною был разработан проект.

В проекте приняли участие 15 семей. Дети вместе со своими родителями ходили в походы, зимой катались на лыжах в лесу, ездили на экскурсии по территории Пермского края. В своей группе ребята с одушевлением рассказывали о своих впечатлениях, показывали фотографии. Семья Алёши Кречетова ездила в «Каменный город» и приготовила нам фотофильм. Яна Калашникова ездила с мамой на сплав на реку Койва, о чём написала в своём проекте. Очень интересные рассказы были у детей, очень много интересного мы узнали о природе Пермского края.

**Цель проекта:** приобщение к здоровому образу жизни посредством туристических прогулок детей со своими родителями.

**Задачи проекта**:

* Заинтересовать взрослых и детей одной из форм физической культуры - туристическими прогулками, повышая мотивацию на здоровый образ жизни.
* Вызвать положительные эмоции, радостное общение взрослых и детей, возможность оценить свои силы и способности в преодолении новых препятствий.
* Воспитывать самостоятельность, организованность, основы выносливости.

**Тип проекта:**

- по доминирующему методу**:** информационно-практико-ориентированный;

- характеру контактов**:** социальный;

**-** содержанию**:** детско-взрослый, фронтальный, долгосрочный.

**Эффект проекта в долгосрочной перспективе:**

Реализуемая проектная деятельность позволит организовать эмоциональное, привлекательное и полезное для здоровья и общения времяпровождения детей и их родителей.

**План работы по реализации проекта.**

1. **Подготовительный этап.**

* Анкетирование и опрос родителей «Активный отдых «за» и «против».
* Встреча-дискуссия на тему «В здоровой семье – здоровые дети!».
* Создание творческой группы по реализации проекта (семейный клуб «Тропинка к здоровью»).
* Конкурс поделок из природного материала «Природа и фантазия».

**Задачи:**

* заинтересовать и побудить родителей включиться в учебно-воспитательный процесс по формированию здорового образа жизни, узнать как можно больше о ДОУ, которые посещает их ребенок;
* распространение лучшего опыта семейного воспитания;
* развивать творческие способности ребёнка.

1. **Основной этап.**

* Дружеская встреча семей «Вместе веселее» (чаепитие).
* Организация фотовыставки. Оздоровительные традиции в семье:ходим в сауну;бассейн; на лыжах, в походы.
* Организация совместных обучающих занятий с инструктором по туризму с детьми на территории ДОУ.
* Проведение тематического мероприятия «В гостях у доктора Айболита».
* Серия бесед по ЗОЖ (совместная деятельность с детьми).
* Семинар-практикум «Нетрадиционные методы оздоровления детей».

**Задачи:**

* Поддерживать стремление ребёнка активно вступать в общение, высказываться.
* Повысить уровень включённости родителей в творческую жизнь ДОУ.
* Обогащать знания о здоровом образе жизни через различные виды деятельности, изменить уклад жизни с пользой для здоровья каждого.
* Познакомить детей с работой библиотеки, с книгами о туризме, с энциклопедиями о человеке и его здоровье.
* Развивать поисковую деятельность, творческую инициативу.
* Обмен опытом между родителями о здоровьесбережении своих детей.

1. **Заключительный этап.**

* Создание газет, книг, журналов, подкреплённых фотографиями, организовать фотовыставки.
* Вручить благодарственные письма, грамоты партнерам по реализации проекта, активным родителям.

**Задачи:**

* Создать праздничную атмосферу.
* Укрепить семейные традиции.
* Проявление творческой активности.
* Обмен знаниями между детьми.
* Поднять творческую активность и сплочённость родителей и детей.

**Конкретные ожидаемые результаты**:

* Сформированы у детей и родителей устойчивые представления о пользе здорового образа жизни;
* Освоены элементарные туристические навыки (туристические узлы, переправы, типы костров, ориентирование по солнцу);
* Создан интерес к изучению особенностей природы родного края, осознание себя как части макромира.